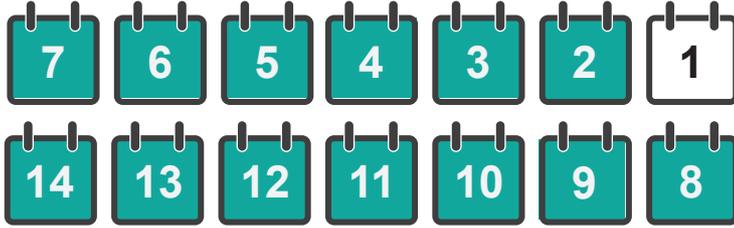




## كوفيد-19 من الإصابة وحتى الشعور بتحسن

## إذا تعرضت للإصابة بكوفيد-19...

تظهر الأعراض خلال يومين وحتى 14 يوماً بعد الإصابة.



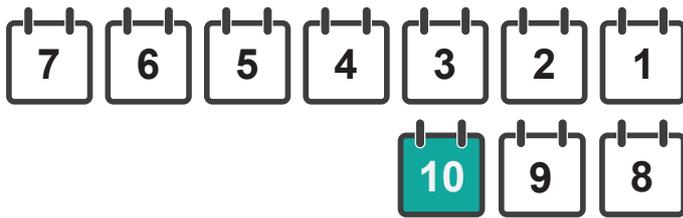
1. فالزم بيتك.
2. وراقب ظهور الأعراض.
  - الحمى
  - السعال
  - ضيق التنفس
  - رجفات البرد
  - آلام في العضلات
  - الصداع
  - التهاب الحلق
  - فقدان لحاسني التذوق أو الشم



## إذا أصبت بكوفيد-19 أو كنت تعاني من أعراضه...

## ابق في العزل حتى...

1. تمر 24 ساعة على زوال الحمى عنك دون استخدام أدوية.
2. تتحسن الأعراض الأخرى التي ظهرت عليك (على سبيل المثال السعال أو ضيق التنفس).

و  
3. تمر عشرة أيام على بدء ظهور الأعراض عليك.

1. فالزم بيتك.
2. ولا تذهب إلى العمل أو تقم بزيارة مع آخرين خارج منزلك.



3. اتصل بطبيبك إذا ظهرت عليك الأعراض، خاصة إذا كنت تبلغ من العمر أكثر من 65 عامًا، أو كنت تعاني من حالات صحية أخرى، أو كنت حاملاً.



## ما المدة التي يتعين عليّ بقاؤها في البيت؟ (املأ الفراغات)

تاريخ اليوم الأول الذي شعرت فيه بالمرض:	التاريخ بعد مرور 10 أيام:	زالت الحمى عني بتاريخ:	التاريخ بعد مرور 24 ساعة:	تحسنت الأعراض الأخرى التي ظهرت عليّ بتاريخ:	ضع دائرة حول التاريخ الأحدث. الزم بيتك حتى:
مثال 10 أبريل	20 أبريل	مثال 15 أبريل	16 أبريل	مثال 21 أبريل	مثال 21 أبريل

تفضّل زيارة الموقع الإلكتروني [DOH.WA.GOV/Coronavirus](https://DOH.WA.GOV/Coronavirus)، أو [Coronavirus.wa.gov](https://Coronavirus.wa.gov)، أو اتصل على الرقم 1-800-525-0127 واضغط على # لخدمات الترجمة الفورية، أو أرسل رسالة نصية بها الكلمة "Coronavirus" إلى الرقم 211211 للحصول على مزيد من المعلومات.

DOH 820-089 Updated July 2020 (Arabic)

لطلب الحصول على هذا المستند بتنسيق آخر، اتصل على الرقم 1-800-525-0127. نرجو من العملاء المصابين بالصمم أو صعوبة في السمع الاتصال بالرقم 711 (Washington Relay) أو إرسال بريد إلكتروني إلى العنوان [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov)